



Eine Auswahl an Mamablogs:

Mini and Me

A Mom and Lifestyle Weblog
www.mini-and-me.com

Von guten Eltern

Ein Mutter-Hebamme-Vater Blog
www.zockt.com/vonguteneltern

Geborgen Wachsen

(M)ein bindungsorientierter Weg
<http://geborgen-wachsen.de>

Mother's Finest

About Kids and Mommies with Style
<http://mothersfinest.me>

Andrea Harmonika

Unterhaltung auf mittlerem Niveau
<http://andrea-harmonika.de>

Mit Kinderaugen

... die Welt entdecken
<http://mitkinderaugen.blogspot.de>

Mama bloggt!

ÜBER ZEITWEILIGE EINSAMKEIT IM WOCHENBETT UND BLOGGENDE MÜTTER

„Ich bin schwanger.“ – Drei einfache Worte, die alles verändern. Von der einen Sekunde auf die nächste, steht Ihre gesamte Welt auf dem Kopf und die Gefühle fahren Achterbahn. Da ist so unendlich viel Platz für Freude, aber auch für Unsicherheiten. Die Zeiten des Alleinseins scheinen mit einem Mal in weite Ferne zu rücken – manchmal so weit weg, dass Sie während Ihrer Schwangerschaft sogar im Plural von sich sprechen. Ich für meinen Teil habe das geliebt. Vielleicht können auch Sie ein Lied davon singen, dass Ihr Partner nicht nur sprachlich mitschwanger war („Wir sind schwanger!“), sondern auch einen Teil des Gefühlschaos durchgemacht und einige Kilos zugelegt hat. Irgendwie wunderbar, oder?

Während der Schwangerschaft fühlte ich mich, auch abgesehen von der kleinen Untermieterin in meinem Bauch, nie wirklich alleine. Ständig war jemand in meiner Nähe, der mich entweder nach meinem Befinden fragte oder bei meiner wachsenden Babykugel „nur mal kurz fühlen wollte“. Sobald unsere Tochter auf der Welt war, änderte sich das. Zwar hatten wir jungen Eltern von allen Seiten tatkräftige Unterstützung, aber in den

ersten Wochen, als die Kleine noch keinen Tag-Nacht-Rhythmus kannte, verbrachte ich mit ihr viele Stunden alleine – zu zweit alleine. Kennen Sie das? In diesen erstaunlich langen und doch kurzen Nächten, in denen wir Jungmamas unser kleines Wunder liebevoll im Arm wiegen und beim Schlafen beobachten, bleibt weiter nicht viel zu tun. Wenn Ihre freie Hand also einmal nicht Babys Köpfchen streichelt, suchen Sie leise Ihr Smartphone heraus. Besuchen Sie, wie ich es gemacht habe, die Homepages anderer Mütter. Surfen Sie auf Mama-Blogs!

Mama-Blogs sind eine schier unerschöpfliche Quelle an Antworten auf alle Fragen, die Schwangere und Mütter sich stellen – egal, ob Sie kürzlich zum ersten mal Mama wurden oder bereits ihr viertes Kind erwarten. Durch die Fülle an Blogs konnte ich selbst, als Schwangere und nach der Geburt meiner Tochter, bei erfahrenen Mamis Zaungast spielen. Ich machte mir einen Eindruck von deren Leben. Ich konnte sehen, ob ich grundsätzlich etwas mit der Art, wie die jeweilige Frau ihr Leben meistert, anfangen kann und anhand dieser Einschätzung dann entscheiden, ob ich mir auch im Bezug auf Schwangerschaft

und Baby etwas von ihr sagen lasse. Das war nur durch die Unzahl an Blogs möglich, auf denen tolle, ganz unterschiedliche Frauen über ihr Leben als Mütter und darüber hinaus schreiben.

Während meine Tochter und ich gemeinsam das Leben erkunden, tun sich immer neue Herausforderungen auf. Freilich türmten sich auch gleich zu Beginn die Fragezeichen: Puder oder Creme beim Wickeln, oder lieber gar nichts? Wie oft sollen wir denn nun eigentlich baden? Täglich oder doch nur einmal die Woche? Was genau ist eigentlich „Baby Led Weaning“ und wie funktioniert das? Welche Trage ist die beste? Die Liste war lang. Gespräche mit Verwandten und Freundinnen, sowie der Besuch bei unserer Kinderärztin, lieferten oft nicht alle Antworten. In diesen Fällen befragte ich kurzerhand die Bloggergemeinschaft und ging mit dem Gefühl schlafen, wesentlich besser informiert zu sein, als davor. Der Wunsch, mehr Wissensquellen zu befragen, als unmittelbar zur Verfügung stehen, ist nicht ungewöhnlich. Früher lebten Menschen in wesentlich engeren Gemeinschaften zusammen, als es heute der Fall ist. Das Internet als Informationsquelle ersetzt mittlerweile auf viele Arten diesen direkten Wissensaustausch. Wie wunderbar ist es dann, wenn wir Mamas nicht nur stimmlos, anonymen Webseiten gegenüber sitzen, sondern anderen Müttern.

glauben Sie mir: Er fehlt! Ein weiterer Punkt, bei dem das nächtliche Surfen mir ein Stück weit geholfen hat, war die Tatsache, dass ein kleines Baby Mami in vielen Fällen weniger mobil macht. Der fehlende Austausch mit den Freundinnen kann durch die Artikel und den Kontakt mit den Bloggerinnen ein klein wenig kompensiert werden. Ein weiteres, großes Plus.

Die Bloggerwelt ist keine anonyme. Egal, ob Sie nur auf der Durchreise sind oder länger bleiben möchten: Sie werden gehört und verstanden von anderen Müttern, finden Artikel zum Schmunzeln und solche, die zum Nachdenken anregen. Bei vielen fühlen Sie sich verstanden, bei anderen wiederum schütteln Sie ungläubig den Kopf. Bloggende Mütter freuen sich, wenn Sie Ihnen schreiben und ihre Blogbeiträge kommentieren. Deshalb darf ich an Sie appellieren: In der nächsten schlaflosen Nacht mit Baby, schnappen Sie sich Ihr Smartphone. Wagen Sie einen Blick auf lesenswerte Mamablogs und verweilen Sie gerne länger.



*Jeannine Mik
Mutter einer kleinen Tochter
Moderatorin, Sprecherin und
Kommunikationstrainerin
www.jeanninemik.com
Bloggerin bei www.mini-and-me.com*

Ich war von den vielen Müttern und den spannenden Einblicken in ihr Leben so begeistert und inspiriert, dass ich selbst wieder mit dem Bloggen begann. Es wurde für mich zu einer Kur gegen die zeitweise Auftretende Einsamkeit und zu einem tollen Hobby. Wenn auch Sie Gefallen an den Blogs finden und gerne selbst tippen möchten, dann tun Sie es! Lassen Sie sich von der Vielzahl der Blogs nicht abschrecken. Es gibt vielleicht hunderte, aber Ihren Blog gibt es noch nicht. Und

DIE MATRATZE DIE ATMET

für gesunden
Babyschlaf



Träumeland

die matratze die atmet.



- PREMIUM - MATRATZEN
- Stillkissen
- Betausstattung



www.traeumeland.com